

Физкультурно-оздоровительный кружок «Спортивная карусель»

1. Оздоровительная гимнастика:



- Упражнение «Калачик»



- Упражнение «Жмурки»



- Профилактика нарушения осанки





2. Дыхательная гимнастика





3. Релаксация

